



Por el Bienestar y la Cohesión Social.  
Aportes para una mejor gestión municipal  
cercana a la gente.



Capacitación de  
Desarrollo Humano  
y Comunitario

# Manual 8



## #AlasParaElCambio

Fomentando relaciones  
igualitarias, libres de  
violencia. Caminando  
hacia la construcción  
de paz en nuestro  
municipio.



  
Alas para  
el Cambio

# Presentación

La Dirección General para el Bienestar y la Cohesión Social de la Secretaría de Bienestar del Gobierno Federal, ha elaborado el Manual

***“Alas para el cambio: Fomentando relaciones igualitarias, libres de violencia. Caminando hacia la construcción de paz en nuestro municipio”***, el cual pretende facilitar la comprensión de conceptos básicos relacionados con la violencia hacia las mujeres, niñas y niños, así como analizar la desigualdad social, económica y política entre mujeres y hombres, además de compartir materiales útiles para promover acciones de solidaridad, empatía y participación, que se han desarrollado para la estrategia “Alas para el cambio”, a fin de fomentar la cohesión social, el bienestar y la construcción de una cultura de paz en las comunidades.

Es importante mencionar que entender el concepto de violencia para el trabajo en las comunidades será de gran utilidad para identificar, de manera oportuna, situaciones que pueden poner en riesgo la seguridad, la integridad física y emocional, así como el bienestar general de las personas.

Además, al entender la violencia, como un problema social, las comunidades pueden tomar medidas para prevenirla y buscar otras formas de abordar los conflictos de manera pacífica y constructiva. Asimismo, les ayudará a identificar los recursos disponibles para protegerse y buscar ayuda cuando sea necesario. En suma, la comprensión de la violencia es fundamental para construir comunidades más seguras.



**#AlasParaElCambio**

# Introducción

*“El ser humano es capaz de diseñar y enseñar la violencia”*

Manuel Checa

**S**i bien todas las personas estamos expuestas a ser víctimas de violencia, existe un riesgo más alto de que ocurra en las mujeres y las niñas; por ello, es necesario poner especial énfasis en este tema.

Existen muchas definiciones de violencia; sin embargo, para el desarrollo de este manual destacaremos la que realiza la Real Academia Española (2001), «acción violenta o contra el natural modo de proceder», (entendida aquí como sinónimo de maltrato), y la definición que realiza la Organización Mundial de la Salud en su «Informe mundial sobre la violencia y la salud» (OMS, 2002), y que la considera como «El uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones».



De acuerdo con la Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer, “la violencia contra la mujer constituye una manifestación de relaciones de poder históricamente desiguales entre el hombre y la mujer, que han conducido a la dominación de la mujer

y a la discriminación en su contra por parte del hombre e impedido el adelanto pleno de la mujer”.

Esto significa una grave violación a los derechos humanos, además es un obstáculo para el logro de la igualdad, el desarrollo y la paz y, al mismo tiempo, pone en riesgo la vida de las víctimas y tiene implicaciones de salud y protección.

Hirsch Goldschmidt (2002) citado en Checa (2010), afirma que la violencia nos ha acompañado desde tiempos antiguos. “Desde el hombre cazador hasta el hombre moderno constructor de sociedades complejas de las diferentes civilizaciones, ha sido la violencia la característica principal de toda esta etapa. Salir de la prehistoria no significa pasar de los palos y piedras a los misiles y bombas; salir de la prehistoria no significa explotar a los pueblos a través de las deudas y la miseria en lugar del látigo y la esclavitud. Salir de la prehistoria significa dejar atrás la violen-

cia y la dominación de cualquier ser humano sobre otro ser humano”.

Es importante que las personas eliminemos la violencia de nuestras vidas, porque ésta no sólo afecta a las personas involucradas directamente, sino también a su entorno y a la sociedad en general. Además, vivir en un entorno violento puede limitar las oportunidades y el desarrollo personal y social. Por estas razones, es importante promover la resolución pacífica de conflictos y fomentar una cultura de paz.

La *Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia* (LGAM-VLV, 2007) describe que las mujeres (por el hecho de ser mujeres) **sufren violencia de diversos tipos**, como:

- Psicológica
- Física
- Patrimonial
- Económica
- Sexual o cualquier otra forma análoga que lesione o dañe su dignidad, integridad o libertad.

Las **modalidades** de la violencia refieren **el espacio o ámbito** en que tiene lugar la acción y se identifican como:

- Laboral y docente
- Comunitaria
- Institucional
- Femicida.

Ahora bien, de acuerdo con la visión antropológica que aporta Manuel Checa (2010), existen **diferentes elementos** que componen a la violencia como son:

1. Conducta humana de diversas motivaciones.
2. Todo ser humano puede ser violento en potencia.
3. Es razonada, con mediación de inteligencia, juicio y raciocinio.
4. Tiende a ser estratégica.
5. Depende de elementos ambientales: culturales, legales, sociales, etc.
6. Evoluciona conforme lo hace el ser humano y la colectividad donde se desenvuelve.

Un ejemplo de ello es la violencia de género, que va cambiando y se va adaptando en la medida en que se igualan los derechos de ambos sexos; “se es consciente de lo prohibido legalmente o rechazado socialmente, por ejemplo, agredir, por lo que el dominio mediante la violencia directa va convirtiéndose en más sutil, más inteligente y estratégica”. (Checa, 2010).

## Concepto de violencia de género

De forma genérica, la Asamblea Nacional de las Naciones Unidas (1993) define la violencia sobre la mujer como «Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas para tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se produce en la vida pública como en la privada».

Tradicionalmente, hay una serie de motivos que han sesgado la consideración de la violencia de género como un auténtico problema endémico de nuestra sociedad. Entre ellos podemos considerar como fundamentales (Paz Rodríguez, 2005) citado en Checa (2010):

- 1. «Maltratador»** no es sinónimo de agresor, sino de dominador. La agresión no es su objetivo, sino el instrumento para dominar, por lo que pone en marcha unas estrategias de dominación, y cuando éstas no dan resultado, fracasan o sencillamente ha de reforzar el dominio conseguido, recurre a la violencia en su sentido más estricto, agresión, ya sea verbal o física.
- 2. Invisibilización del proceso de violencia:** su falta de conocimiento hace que sólo veamos el final del proceso, generalmente reiteradas agresiones verbales, físicas o incluso el homicidio, por lo que no lo entendemos.
- 3. Incomprensión de la víctima:** pensamos que la persona maltratada es como nosotros, sin llegar a entender que ha sufrido un lento y tortuoso proceso de anulación de la persona, lo que impide o dificulta que actúe como sería lógico que actuara.

Según datos del INEGI en 2021, a nivel nacional, del total de mujeres de 15 años y más, 70.1 % han experimentado al menos un incidente de violencia.

La **violencia psicológica** es la que presenta mayor prevalencia (**51.6 %**), seguida de la **violencia sexual (49.7 %)**, la **violencia física (34.7 %)** y la **violencia económica, patrimonial y/o discriminación (27.4 %)**.

En la siguiente infografía de la Estrategia Alas para el cambio, se muestra una práctica común en el ámbito familiar, que visibiliza una convivencia inequitativa con respecto a los roles de género que se han impuesto a las mujeres, así como algunas sugerencias para evitarlo.

## ¿Cómo cambiar la violencia en el hogar causada por estereotipos?

Una práctica común que violenta a las mujeres en la familia es la convivencia basada en **roles de género**:

**Por ejemplo:**

- Las mujeres se ocupan de las actividades domésticas.
- Los hombres son proveedores y controlan el manejo del dinero.
- Las mujeres cuidan a los niños, a los enfermos y a los ancianos.

Estas y otras conductas, son construcciones sociales tradicionales que ponen en desventaja a la mujer.

¿En tu familia aún actúan así?  
**¡Es hora de cambiar!**

- Distribuyan de manera equitativa las cargas de trabajo en el hogar.
- Comprométanse a respetar y valorar las diferencias y la igualdad de derechos.
- Fomenten el trato respetuoso.

¡Ups! tiramos los vasos, pero... que limpie Anita, ¡para eso es mujer!

En ésta casa nos respetamos y compartimos las responsabilidades. Tiraron los vasos: les toca limpiar.

**¡Súmate a la transformación!**

**Alas para el Cambio**





## Actividad

# 1

## Tipos de violencias

Realiza la siguiente sopa de letras y localiza los diferentes tipos y modalidades de violencia de género.

- ☞ Comunitaria
- ☞ Económica
- ☞ Emocional
- ☞ Física
- ☞ Institucional
- ☞ Laboral
- ☞ Psicológica
- ☞ Sexual

H	W	X	J	Z	L	I	J	Y	D	R	L	X	U
P	B	W	P	C	P	T	Y	Z	H	T	Z	Y	B
X	N	B	Y	I	I	O	S	E	X	U	A	L	K
E	T	T	T	K	J	Y	B	F	Í	S	I	C	A
S	I	P	J	I	F	Z	B	X	X	M	T	N	W
E	P	W	E	M	O	C	I	O	N	A	L	N	I
C	Q	Y	Y	R	J	W	I	K	U	D	E	E	V
O	I	N	S	T	I	T	U	C	I	O	N	A	L
N	C	O	M	U	N	I	T	A	R	I	A	Q	A
Ó	H	C	Q	W	Y	Q	O	J	C	U	J	Q	G
M	G	I	H	A	Q	H	D	Z	K	L	A	D	J
I	P	S	I	C	O	L	Ó	G	I	C	A	H	Z
C	C	L	A	B	O	R	A	L	H	R	M	V	V
A	D	C	L	L	W	P	J	O	O	D	L	O	R



# Violencia en el ámbito de la pareja

Es el acto abusivo de poder u omisión intencional, dirigido a dominar, someter, controlar, o agredir de manera física, verbal, psicológica, patrimonial, económica y sexual a las mujeres, dentro o fuera del domicilio familiar, cuyo agresor tenga o haya tenido relación de matrimonio, concubinato o mantengan o hayan mantenido una relación de hecho. (ENDIREH, 2021).

De acuerdo con la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH, 2021), en el estado de Guerrero, la **violencia en la relación de la pareja** es la más frecuente: **47.6%** de las mujeres de 15 años y más ha experimentado violencia a lo largo de la relación actual o última, mientras que **25.9%** señaló haber **vivido**, al menos, un incidente de **violencia** en los 12 meses previos al levantamiento de la encuesta.

A continuación, te presentamos otra propuesta de “Alas para el cambio”, que te invita a reflexionar acerca de la manera en que nos relacionamos con la pareja.

**¿Cómo cambiar la violencia hacia las mujeres en la relación de pareja?**

Una práctica común de violencia es el **control**:

**Por ejemplo:**  
Revisarle el celular.  
Imponerle formas de vestir, etc.

¿Vas a ir vestida así?  
¡Mejor quédate!

Estas y otras actitudes, afectan la dignidad de las mujeres y las ponen en desventaja.

Si conoces a alguien que tenga este comportamiento, **¡Ayúdalo a cambiar!**

Por la dignidad de tu pareja y la tuya, **¡actúa con respeto!**

Hazle ver que sus acciones tienen consecuencias para sí mismo y para su relación.

Si es tu hijo, **edúcalo en el respeto**, lejos de los celos y el control.

¡Súmate a la transformación!

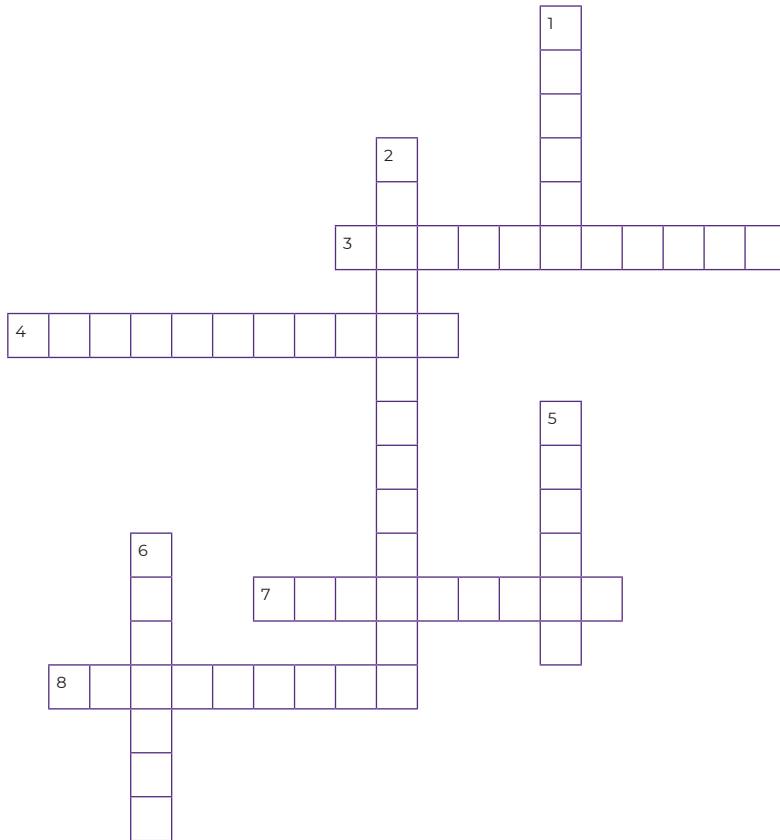
**Alas para el Cambio**



## Actividad

# 2

Con lo revisado hasta ahora acerca de los tipos y modalidades de violencia de género, te invitamos a analizar y completar el siguiente crucigrama.



### Horizontal

3. Consiste en provocar miedo a través de la intimidación; en amenazar con causar daño físico a una persona, su pareja o hijos.
4. Acto individual o colectivo en el que se transgreden derechos, propicia marginación o exclusión en el ámbito público.
7. Consiste en lograr o intentar conseguir la dependencia financiera de otra persona, manteniendo para ello un control total sobre ella.
8. Consiste en minar la autoestima de una persona a través de críticas constantes, en infravalorar sus capacidades.

### Vertical

1. Conlleva obligar a una pareja a participar en un acto sexual sin su consentimiento.
2. Actos u omisiones por parte de los servidores públicos que discriminan u obstaculicen al acceso a un servicios o programa.
5. Consiste en causar daño a una pareja golpeándola, propinándole patadas, quemándola, agarrándola, pellizcándola, empujándola.
6. Se ejerce entre personas que tienen un vínculo laboral y que abusan de su poder para dañar la autoestima o integridad.

## Violencia en la Comunidad

Para comprender esta modalidad de violencia, la LGAMVLV (2007) en su artículo 16, define la **violencia en la comunidad** dirigida contra mujeres como:

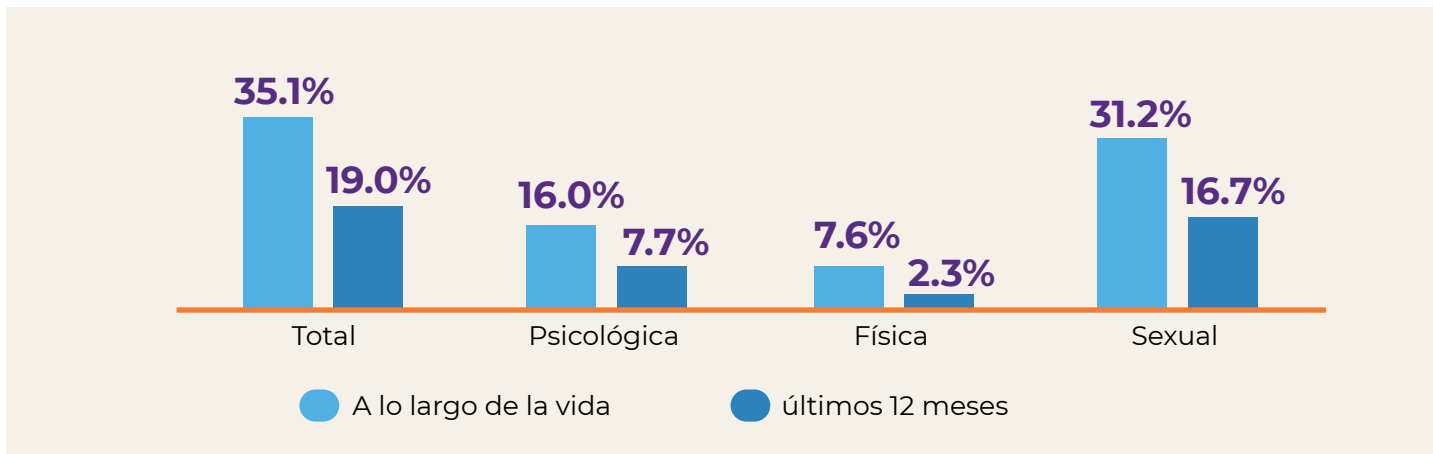
“actos individuales o colectivos que transgreden derechos fundamentales y propician su denigración, discriminación, marginación o exclusión en el ámbito público”.

El glosario para la igualdad del Instituto Nacional de las Mujeres señala que, “la violencia en la comunidad se desarrolla en espacios públicos, como las calles o transporte público y es legitimado por los valores colectivos nocivos, que perpetúan prejuicios y conductas discriminadoras o agresivas aprendidas y repetidas culturalmente. Este tipo de violencia es más frecuente en regiones con alto grado de pobreza y aislamiento, así como bajo nivel educativo”.

Con respecto a la violencia contra las mujeres en la comunidad, el Estado de Guerrero ocupa el cuarto lugar entre las entidades federativas con menor prevalencia de violencia en el ámbito comunitario a lo largo de la vida.

La **violencia sexual** en el ámbito comunitario es la más frecuente, ya que **31.2%** de las mujeres ha experimentado este tipo de violencia a lo largo de su vida y **16.7%** en los **12 meses previos** al levantamiento de la encuesta. (ENDIREH, 2021).

En el siguiente gráfico se puede visualizar qué tipo de violencia experimentan las mujeres de 15 años y más en las comunidades de Guerrero.



Prevalencia de violencia en el ámbito comunitario contra las mujeres de 15 años y más según periodo de referencia y tipo de violencia.

## Algunos datos adicionales...

De acuerdo con datos del ENDIREH (2021), el estado de **Guerrero** ocupa el lugar **17** entre las entidades federativas con mayor **prevalencia de violencia** contra las **mujeres de 15 años y más** a lo largo de la vida y el lugar **12** con mayor prevalencia en los 12 meses **previos** al levantamiento de **la encuesta**.

En Guerrero, **68.8%** de las mujeres de **15 años y más** han vivido algún tipo de violencia al **menos una vez** en la vida y el **44.1%** experimentó violencia en los 12 meses **previos** al levantamiento de la **encuesta**.

Comprender y asumir el tema de la violencia como un problema público contribuye con

la construcción de la cohesión social, al asumir que es posible erradicarla, que podemos evitarla y que comienza con el trabajo mental de cada persona. Al asumir y trabajar el tema de la violencia es posible fomentar un sentido de pertenencia y compromiso con la comunidad, lo que a su vez puede llevar a un mayor bienestar emocional y psicológico.

Ahora, te presentamos, mediante la siguiente infografía, una propuesta para contribuir a erradicar la violencia contra las mujeres en comunidades rurales.

Como ya se ha mencionada, la violencia de género es grave porque afecta, principalmente, a mujeres y niñas, y puede tener consecuencias físicas, psicológicas y sociales muy graves. Además, es una violación de los derechos humanos fundamentales y tiene un impacto negativo en la sociedad en su conjunto. La violencia de género también puede perpetuarse a través de generaciones, contribuyendo a la

## ¿Como cambiar el trato desigual hacia las mujeres en las comunidades rurales?

El trabajo de **las mujeres rurales**, es muy importante para el **desarrollo** local y del país.

**Sin embargo, ellas :**

- Tienen menos acceso a la posesión y tenencia de la tierra.
- Tienen limitada participación en la toma de decisiones.
- Son víctimas de violencia física y sexual, principalmente en el ámbito familiar.

Además, trabajamos en el campo más horas que los hombres pero ganamos menos.

¡Nos apoyamos mutuamente!

Si en tu comunidad hay mujeres luchando por sus derechos, **¡apoya su causa y haz tu parte!**

- Fomenta la cultura de igualdad desde tu hogar.
- Comparte la responsabilidad del trabajo doméstico.
- Apoya la participación de las mujeres de tu familia en la vida económica, social, política y cultural.

¡Súmate a la transformación!

**Alas para el Cambio**

normalización de comportamientos violentos y discriminación hacia las mujeres. Es importante tomar medidas para prevenir y erradicar la violencia de género en todas sus formas.

La importancia de fomentar la comprensión del tema de la violencia en las comunidades es fundamental para construir cohesión social, más aún en aquellos entornos vulnerables, porque puede ayudar a reducir la desigualdad, la exclusión social y la violencia misma. Cuando los miembros de una comunidad trabajan juntos y se apoyan mutuamente, pueden enfrentar mejor los desafíos y aprovechar las oportunidades para mejorar su calidad de vida.

## ¿Qué corresponde hacer a las personas servidoras públicas frente al tema de violencia de género que se encuentra en las comunidades?



Las personas servidoras públicas debemos brindar información acerca de los servicios y apoyos gubernamentales que brinda el Estado y otras instancias a nivel estatal o federal, a fin de canalizar a las mujeres y niñas a las instituciones en las que pueden ser atendidas, como son: la policía, fiscalía especializada en violencia de género, centros de atención a víctimas, comisarías de la mujer y la familia, así como organizaciones civiles o sociales especializadas en el tema.

Es importante señalar que la violencia de género se puede prevenir, por ello es de vital relevancia promover en las comunidades la educación en igualdad de género, fomentando el respeto y la empatía, denunciando cualquier acto de violencia y apoyando a las víctimas, y promoviendo espacios seguros y libres de discriminación.

# Algunas propuestas para promover la igualdad de género en las comunidades...

Sensibilizar a los hombres como aliados, para prevenir la violencia contra las mujeres. Esta acción es fundamental porque ayuda a cambiar las actitudes y comportamientos que perpetúan la violencia. Al involucrar a los hombres en la lucha contra la violencia de género, se promueve una cultura de respeto y equidad de género, lo que puede reducir la incidencia de la violencia y mejorar las relaciones interpersonales.

Compartir información sobre los efectos positivos en la salud de los hombres, al expresar emociones y sentimientos.

Evitar comentarios con contenido misógino (de odio hacia las mujeres) y evidenciar que existen alburas, chistes y piropos que pueden ser la antesala de otras formas más graves de violencia.

Alentar a los hombres a que reconozcan la importancia de la participación de las mujeres en las decisiones comunitarias.

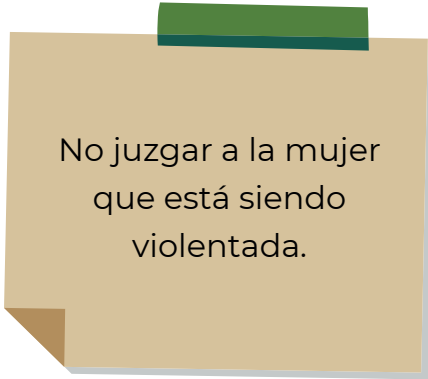
Incentivar a las mujeres para que asuman a la par de los hombres, la toma de decisiones y el liderazgo en las comunidades.

Promover acciones educativas, recreativas y lúdicas que permitan a las niñas y los niños comprender la igualdad de género y la importancia de relacionarse con respeto.

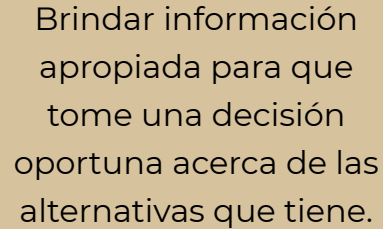
Fomentar y participar, dentro de la comunidad, en la generación de redes de apoyo que dé soporte y brinde ayuda mutua, ante situaciones de violencia, y donde se compartan recursos, se promueva la solidaridad y se fortalezcan los lazos entre los miembros de la comunidad.

Conocer el marco normativo, así como los servicios y apoyos que el Estado brinda a las mujeres para garantizar una vida libre de violencia.

En caso de identificar alguna situación de violencia contra las mujeres es fundamental:



No juzgar a la mujer  
que está siendo  
violentada.



Brindar información  
apropiada para que  
tome una decisión  
oportuna acerca de las  
alternativas que tiene.

***Recuerda que:***

*“La forma de sanar la sociedad de la violencia y de la falta de amor es reemplazando la pirámide de dominación con el círculo de la igualdad y el respeto”*

Manitonquat, escritor estadounidense.



## Producto por cada proceso formativo

Esperamos que este Manual te sirva para la actividad que realizas, día con día, en tu trabajo comunitario. Con el propósito de multiplicar su contenido y, principalmente, la apropiación de una nueva forma de promover relaciones igualitarias dentro de las localidades de **Gue-****rrero**, invitamos a las personas prestadoras de servicios profesionales que colaboran con la Secretaría de Desarrollo y Bienestar Social a realizar lo siguiente:

1. Mediante pláticas, talleres, vídeo debates o cualquier otra actividad promover, entre la comunidad, el concepto de “Alas para el Cambio” y elaborar, con la participación de todas y todos, materiales alternativos (periódico mural, radio comunitaria, volantes, graffiti, mantas, entre otros) mensajes que fomenten acciones de solidaridad, empatía, fraternidad para construir comunidades libres de violencia.
2. Presentar lista de asistencia y evidencia fotográfica.
3. Elaborar nota informativa donde se resalten los logros más importantes y compartirlos con el resto de sus compañeras(os) a fin de generar sinergia y mover las **Alas** de todas las comunidades **para el cambio** que nos permita construir relaciones igualitarias, libres de violencia, a través de la cohesión social a fin de construir espacios de paz.



# Referencias



Organización de las Naciones Unidas. Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer. Consultada en:

<https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/declaration-elimination-violence-against-women>

ONU MUJERES. Preguntas frecuentes: Tipos de violencia contra las mujeres y las niñas. Consultado en:

<https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>

INEGI. Violencia contra las mujeres en México. Consultado en: <https://www.inegi.org.mx/tablerosestadisticos/vcmm/>

Checa González Manuel. Manual práctico de psiquiatría forense. 2010 Elsevier España, S.L. (p.246-286).

Instituto Nacional para las Mujeres. Glosario para la Igualdad.

Consulta en línea. <https://campusgenero.inmujeres.gob.mx/glosario/terminos/violencia-contra-las-mujeres>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares. ENDIREH 2021. Guerrero. Consultado en: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2021/doc/12\\_guerrero\\_resultados.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2021/doc/12_guerrero_resultados.pdf)

[https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2021/doc/12\\_guerrero\\_resultados.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2021/doc/12_guerrero_resultados.pdf)



**Alas para  
el Cambio**